



**Kathrin  
Karban-Völkl**

ist freischaffende Texterin,  
Buchautorin und Vortrags-  
rednerin. Mit ihrem Mann  
und ihren vier Kindern lebt  
sie in der Oberpfalz

UNSERE KOLUMNISTIN MACHT SICH GEDANKEN ÜBER ...

## Die Suche nach dem Glück

Schmeckt Glück wie Schokolade oder klingt es mehr nach einem Überraschungsbesuch? Kommt darauf an, was Glück für uns ist, wo wir es suchen und ob wir es überhaupt erkennen

**T**atsächlich gibt es etwas, das mein Mann besser kann als ich: Einkaufen. Zumindest wenn es darum geht, eine ganz bestimmte Sache zu kaufen. Zielstrebig wandert er durch die Einkaufsgänge, übersieht sämtliche Angebote und greift zielsicher zu diesem einen Senfglas. Bei mir wäre der Einkaufswagen halb voll mit Sachen, von denen ich zu Hause gar nicht dachte, dass ich sie brauchen könnte. Nicht anders beim Kleidungskauf. Alle paar Jahre heißt es da: „Ich brauche eine neue Hose.“ Gesagt, getan. Schnell wird eine – wirklich nur eine – neue Hose gekauft. Mann weiß eben, was man will. Und wie ist es bei mir? Regelmäßig stehe ich vor meinem prall gefüllten Kleiderschrank und wühle mich durch die Stapel, um schließlich frustriert zu sagen: „Ich brauche wieder etwas zum Anziehen.“ Los geht es zum Einkaufsbummel. Ohne meinen Mann. Diesen Fehler habe ich nur einmal gemacht. Stundenlang suche ich eben genau das: Etwas zum Anziehen.

Dumm nur, dass diese Beschreibung mehr als vage ist. Hose, Rock, Bluse, Feinstrumpfhose? Ist theoretisch alles möglich. Am Ende landen ein Kleid, zwei T-Shirts und drei Pulis in meiner Tasche. Wer hätte das gedacht! Beim Nachdenken über das Glück habe ich festgestellt, dass das doch ganz ähnlich ist. Wir sind ständig auf der Suche nach dem Glück. Aber wissen wir denn eigentlich, was wir suchen?

### Welcher Glückstyp bin ich?

Vielleicht würden wir das Glück vor lauter Suchen gar nicht erkennen. Ist Glück ein fahrbares Auto oder erst ein Porsche? Ist Glück etwa ein unverhofft freier Nachmittag oder erst der zweiwöchige Jahresurlaub? Ist Glück ein einigermaßen gelungener Kuchen oder erst die Supertorte mit Marzipankleid? Gar nicht so einfach die Sache mit dem Glück. Da kann man doch vor lauter Nachdenken ganz schön unglücklich

werden. Wie sagte Pierre-Simon Laplace einmal? „Wir würden uns wundern, wenn wir aus einer Flasche mit 1000 Zahlen die Zahl 1000 ziehen würden. Die Chance, dass wir die 457 ziehen, beträgt aber auch nur 1:1000.“ Wenn ein Mathematiker das sagt, glauben wir es einfach mal und sparen uns das Nachrechnen. So gesehen könnte Glück mehr sein, als wir denken. Es ist öfter da, als wir es erwarten, und definitiv mehr als Zufall. Das Schöne am Glück: Ich selbst bestimme, wann und ob ich glücklich bin. Immerhin setze ich selbst die Messlatte, nicht die anderen. Und schon stellt sich die Frage, welcher Glückstyp ich bin: Der „Ich hatte noch nie Glück“-Typ: Für ihn ist Glück eben doch Zufall. Wieso Einsatz zeigen, wenn immer alles anders kommt als gedacht und geplant? Bleibt nur zu sagen: Viel Glück!

Dann der perfektionistische Glückstyp: Als anspruchsvoller Glückssucher ist er immer auf der Jagd nach dem perfekten Moment und nur in einem von 100 Glücksfällen zufrieden. Oder der alltägliche Glückstyp: Der Sieger im Lesen der Glücksspuren, denn: Glück ist für ihn nicht nur im Wellnesshotel zu finden, sondern auch auf der Parkbank. Immer nach dem Motto: Nicht perfekt, aber glücklich!

### Glück oder Zufall?

Wenn ich der Liebe meines Lebens begegne, ist das dann Glück oder Zufall? Wahrscheinlich einfach Schicksal, gepaart mit ganz viel Glück. Oje, das wird ja immer komplizierter. Da ist es doch einfacher, sich Glück zu kaufen. Geht tatsächlich. Zumindest wimmelt ▶

*Glück ist mehr, als wir denken, und öfter da als erwartet*

*Was Shopping mit der Suche nach dem Glück zu tun hat*





es seit Jahren nur so von Glücksschokolade, Glückshugo, Glückskekse und Glückswürstchen. Doch so richtig satt und glücklich macht das alles auch nicht. Was dann? Seit Eckart von Hirschhausen wissen wir: Glück kommt selten von allein. Wenn es aber gar nicht kommt? Kann tatsächlich passieren. Zumindest an den Tagen, wo nichts gerade läuft, wo alle gegen uns sind und der Abend nicht schnell genug kommen kann. Oder auch in Lebensphasen, wo es wirklich bitter zugeht und sich der Sinn im Leben nur schwer finden lässt. Wo bitterschön geht es da zum Glück?

Würden wir Theodor Fontane fragen, so würde er uns eine Lupe in die Hand geben. Seine Worte: „So muss man leben: Die kleinen Freuden aufpicken, bis das große Glück kommt. Und wenn es nicht kommt, dann hat man wenigstens die ‚kleinen Glücke‘ gehabt.“ Geht runter wie Öl, oder? In meinen eher unglücklichen Momenten setzt dieser Gedanke leider des Öfteren ein wütendes Feuer in Brand, anstatt Alltagsjubel ausbrechen zu lassen. Mittlerweile glaube ich, dass nur glücklich sein kann, wer auch das Unglück zulassen und aushalten kann. Wie eine Berg- und Talfahrt vielleicht, die uns oft genug den Atem nimmt vor Freude über unser Lebensglück. Die uns zugleich aber auch wirklich Kraft kostet, wenn es bergauf und nochmal bergauf geht. Inzwischen habe ich dank meinem Mann meine Einkaufsstrategie et-

was verändert. Beim Durchsuchen meines Kleiderschranks fasse ich ganz konkret den Beschluss, eine neue Bluse zu kaufen. Und siehe da, bei der nächsten Shoppingtour finde ich eine besonders hübsche. Neben vielen anderen Dingen, versteht sich.

### **Das Glück beim Namen nennen**

Nicht anders mache ich es beim Glück: Ich suche nicht lange danach oder warte, bis es sich zufällig einstellt, sondern nenne es schlicht und einfach beim Namen. Gerade mal wieder auf einer Bananenschale ausgerutscht, den vollen Eierkarton beim Jonglieren mit den Einkäufen fallen gelassen und beim vereinbarten Termin versetzt worden, hole ich mir das Glück einfach selbst in mein Leben. Wie das geht? Indem ich beispielsweise beschließe, einen entspannten Abend in der Badewanne zu verbringen. Tut keinem weh, sorgt blitzschnell für Entspannung im manchmal hitzigen Familienalltag und macht nebenbei noch schön sauber. Und siehe da: Schon biegt das Glück um die Badezimmerecke. Nur schnell den Schlüssel umdrehen, damit mich jetzt bloß keiner beim Glücklichein stört. Wie gut also, dass ich mein Glück selbst in der Hand habe und weiß, was Glück für mich ist. Vielleicht mag das Glück ja einfach wirklich beim Namen genannt werden, um uns dann ganz unverhofft zu überraschen. Viel Glück dabei!

Illustrationen: Constanze Gühr

*Weniger  
Glückshugo,  
dafür mehr  
Mut zum  
Unglück-  
lichsein*

